

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Adiksi Internet

1. Pengertian Adiksi Internet

Addiction atau adiksi atau kecanduan adalah keadaan dimana seseorang memiliki dorongan tak terkendali, sering disertai dengan hilangnya kontrol, keasyikan dengan penggunaan, dan terus menggunakan meskipun menyebabkan masalah. Penggunaan kata adiksi sebenarnya lebih tepat digunakan pada kecanduan obat. Meskipun demikian, definisi adiksi telah mengalami pergeseran arti dan mencakup sejumlah perilaku, seperti judi berulang, bermain *video game*, makan berlebihan, olahraga, hubungan percintaan, dan menonton televisi (Young, 2017). Selama beberapa dekade, muncul literatur yang mengembangkan arti adiksi internet dan telah dilegitimasi. *Internet addiction* atau kecanduan internet adalah salah satu gangguan kejiwaan yang ditandai dengan keasyikan yang berlebihan atau tidak terkontrol, mendesak atau perilaku tentang penggunaan komputer dan akses internet yang menyebabkan gangguan atau distres (Shaw & Black, 2008).

Young (2010) menyebutkan bahwa adiksi internet didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu untuk mengontrol penggunaan internet, menghasilkan masalah berat dan ketidaklengkapan kerja otak atau mental fungsional dalam kehidupan sehari-hari. Kecanduan internet merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan

internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat *online*. Menurut Orzack (2004) kecanduan internet merupakan suatu kondisi dimana individu merasa bahwa dunia maya dilayar komputernya lebih menarik daripada kehidupan nyata sehari-hari yang dijalani.

Berdasarkan definisi yang telah dikemukakan para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa adiksi internet merupakan penggunaan internet yang dilakukan seseorang secara berlebihan sehingga ketergantungan untuk menggunakannya secara terus-menerus tanpa memperhitungkan keadaan situasi dan kondisi yang sedang dialaminya.

2. Aspek-Aspek Adiksi Internet

Adiksi internet terbagi menjadi enam aspek yang didasarkan *Internet Addiction Test* (IAT) menurut Young (1996), yaitu :

a. Ciri khas (*salience*)

Biasanya dikaitkan dengan pikiran-pikiran yang berlebihan secara mencolok terhadap internet, berkhayal atau berfantasi mengenai internet.

b. Penggunaan yang berlebihan (*excessive use*)

Penggunaan internet yang terlalu berlebihan biasanya dikaitkan dengan hilangnya pengertian tentang penggunaan waktu atau pengabaian kebutuhan-kebutuhan dasar dalam kehidupannya. Individu biasanya menyembunyikan waktu *online* (waktu yang digunakan untuk mengakses internet) dari keluarga atau orang terdekat.

c. Pengabaian pekerjaan (*neglect to work*)

Individu mengabaikan pekerjaannya karena aktivitas internet, sehingga produktivitas dan kinerjanya menurun karena berinternet.

d. Antisipasi (*anticipation*)

Internet digunakan sebagai strategi *coping* dari masalah, yaitu sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan permasalahan yang terjadi di kehidupan nyata. Akibatnya, lama kelamaan aktivitas internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam hidup sehingga mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku.

e. Ketidakmampuan mengontrol diri (*lack of control*)

Ketidakmampuan dalam mengontrol diri sendiri mengakibatkan bertambahnya waktu yang digunakan untuk melakukan aktivitas dengan internet, baik dalam bentuk frekuensi maupun durasi waktu.

f. Mengabaikan kehidupan sosial (*neglect to social life*)

Individu mengabaikan kehidupannya, yaitu sengaja mengurangi kegiatan sosial atau rekreasi demi mengakses internet. Individu yang banyak menggunakan waktunya untuk melakukan aktivitas yang ada kaitannya dengan internet, akan mengurangi aktivitasnya diluar aktivitas yang berkaitan dengan internet.

Aspek- aspek adiksi internet selanjutnya dikemukakan oleh Griffiths (2015), yaitu:

a. *Salience*

Hal ini terjadi ketika penggunaan internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu, mendominasi pikiran individu, perasaan (merasa sangat

butuh) dan tingkah laku (kemunduran dalam perilaku sosial). Individu akan selalu memikirkan internet, meskipun tidak sedang mengakses internet.

b. *Mood modification*

Hal ini mengarah pada pengalaman individu sendiri, yang menjadi hasil dari bermain internet, dan dapat dilihat sebagai strategi coping.

c. *Tolerance*

Hal ini merupakan proses dimana terjadinya peningkatan jumlah penggunaan internet untuk mendapatkan efek perubahan dari mood.

d. *Withdrawal symptoms*

Hal ini merupakan perasaan tidak menyenangkan yang terjadi karena penggunaan internet dikurangi atau tidak dilanjutkan (misalnya mudah marah, cemas atau tubuh bergoyang).

e. *Conflict*

Hal ini mengarah pada konflik yang terjadi antara pengguna internet dengan lingkungan sekitarnya (konflik interpersonal), konflik dalam tugas lainnya (pekerjaan, tugas, kehidupan sosial, hobi) atau konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri (konflik intrafisik atau merasa kurangnya kontrol) yang diakibatkan karena terlalu banyak menghabiskan waktu bermain internet.

f. *Relapse*

Hal ini merupakan kecenderungan berulangnya kembali pola penggunaan internet setelah adanya kontrol.

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan sebelumnya, terdapat enam aspek adiksi internet menurut Young (1996), yaitu ciri khas (*salience*), penggunaan yang berlebihan (*excessive use*), pengabaian pekerjaan (*neglect to work*), antisipasi (*anticipation*), ketidakmampuan mengontrol diri (*lack of control*), dan mengabaikan kehidupan sosial (*neglect to social life*), selain itu aspek-aspek adiksi internet selanjutnya dikemukakan oleh Griffiths (2015), yaitu *salience, mood modification, tolerance, withdrawal symptoms, conflict, relapse*.

Dari aspek-aspek adiksi internet yang telah dijabarkan, maka peneliti memilih untuk menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Young (1996), yaitu ciri khas (*salience*), penggunaan yang berlebihan (*excessive use*), pengabaian pekerjaan (*neglect to work*), antisipasi (*anticipation*), ketidakmampuan mengontrol diri (*lack of control*), dan mengabaikan kehidupan sosial (*neglect to social life*). Aspek tersebut dipilih sebagai acuan yang digunakan peneliti untuk mengukur adiksi internet pada mahasiswa. Peneliti memiliki pertimbangan yaitu aspek tersebut sejalan dengan variabel yang digunakan peneliti dan penjabarannya lebih konkrit.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Adiksi Internet

Faktor-faktor yang mempengaruhi adiksi internet menurut Montag dan Reuter (2015), yaitu:

a. Faktor sosial

Kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal atau individu yang mengalami permasalahan sosial dapat menyebabkan penggunaan internet yang berlebihan. Hal tersebut disebabkan individu merasa kesulitan dalam melakukan

komunikasi dalam situasi *face to face*, sehingga individu akan lebih memilih menggunakan internet untuk melakukan komunikasi karena dianggap lebih aman dan lebih mudah daripada dilakukan secara *face to face*. Rendahnya kemampuan komunikasi dapat juga menyebabkan rendahnya harga diri, mengisolasi diri menyebabkan permasalahan dalam hidup seperti kecanduan terhadap internet (Reuter, 2015).

b. Faktor psikologis

Kecanduan internet dapat disebabkan karena individu mengalami permasalahan psikologis seperti depresi, kecemasan, *obsesive compulsive disorder* (OCD), penyalahgunaan obat-obat terlarang dan beberapa sindroma yang berkaitan dengan gangguan psikologis. Gangguan tersebut memicu individu untuk melarikan diri dari masalah, menerima hiburan menjadi rasa senang dari penggunaan internet. Pelarian diri ini menyebabkan individu terdorong untuk lebih sering menggunakan internet sebagai pelampiasan dan akan menyebabkan kecanduan (Reuter, 2015).

c. Faktor biologis

Penelitian yang dilakukan oleh Montag & Reuter (2015) dengan menggunakan *functional magnetic resonance image* (fMRI) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan fungsi otak antara individu yang mengalami kecanduan internet dengan yang tidak. Individu yang mengalami kecanduan internet menunjukkan bahwa dalam memproses informasi jauh lebih lambat, kesulitan dalam mengontrol dirinya dan memiliki kecenderungan kepribadian depresif.

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan sebelumnya, terdapat tiga faktor yang mempengaruhi adiksi internet menurut Montag dan Reuter (2015) yaitu faktor sosial, psikologi, dan biologis. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, peneliti akan menggunakan faktor yang mempengaruhi adiksi internet yaitu faktor psikologis merupakan faktor yang disebabkan karena individu mengalami permasalahan psikologis dengan memungkinkan individu untuk melarikan diri dari kenyataan, sehingga menyebabkan individu terdorong untuk lebih sering menggunakan internet sebagai pelampiasan dan akan membuat kecanduan. Menurut Stoltz (2005) seseorang dapat melarikan diri atau mampu bertahan menghadapi kesulitan tergantung dengan seberapa besar AQ yang dimilikinya. AQ dapat menjelaskan seberapa baik individu dapat bertahan dan mampu mengatasi kesulitan, meramalkan siapa yang dapat bertahan akan kesulitan atau siapa yang akan hancur, dan juga memprediksi siapa yang dapat melebihi harapan dari potensi yang dimiliki, sehingga AQ dapat menunjukkan siapa saja yang akan melarikan diri dan tidak akan melarikan diri dari setiap hambatan dalam menjalani kehidupannya.

Young (2017) menyatakan bahwa kecanduan internet merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat online. Menurut Stoltz (2005) mengontrol suatu peristiwa dapat melalui AQ yang dimiliki seseorang yaitu kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan mengelola sebuah peristiwa yang menimbulkan kesulitan dimasa mendatang. Kendali diri ini akan berdampak pada tindakan selanjutnya atau respon yang dilakukan individu

bersangkutan, tentang harapan dan idealitas individu dalam melakukan usahanya untuk mencapai keinginannya. Hal tersebut di dukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Ariyanto (2016) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet. Selain itu, hasil penelitian Widiani, Retnowati, & Hidayat (2004) juga mengungkapkan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi kecanduan internet. Menurut Stoltz (2005) kontrol diri merupakan bagian dari dimensi AQ, dimana seseorang yang memiliki AQ pasti dapat mengontrol dirinya dalam bersikap untuk dapat menghadapi dan menyelesaikan kesulitan di kehidupannya.

B. *Adversity Quotient* (AQ)

1. Pengertian *Adversity Quotient* (AQ)

Adversity quotient (AQ) dikembangkan pertama kali oleh Paul G. Stoltz, seorang konsultan yang sangat terkenal dalam topik-topik kepemimpinan di dunia kerja dan dunia pendidikan berbasis *skill* (kemampuan yang dimiliki seseorang). Paul G. Stoltz, membagi tiga tipe manusia yang diibaratkan sedang dalam perjalanan mendaki gunung yaitu *quitter*, *camper*, dan *climber*. Pertama, *quitters* (orang-orang yang berhenti), orang-orang jenis ini berhenti ditengah proses pendakian, mudah putus asa, dan menyerah. Kedua, *campers* (perkemahan) yaitu orang-orang yang tidak mencapai puncak, sudah puas dengan yang telah dicapai. Ketiga, *climbers* (pendaki) yaitu orang-orang yang selalu optimistik, melihat peluang-peluang, melihat celah, melihat senoktah harapan di balik keputusan, dan selalu bergairah untuk maju (Stoltz, 2005).

Menurut Stoltz (2005) AQ merupakan kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikannya. Adanya AQ membantu individu memperkuat kemampuan dan ketekunan dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari seraya tetap berpegang teguh pada prinsip dan impian tanpa memperdulikan apa yang sedang terjadi. AQ juga merupakan kemampuan individu untuk menggerakkan tujuan hidup kedepan, dan juga sebagai pengukuran tentang bagaimana seseorang berespon terhadap kesulitan.

Leman (2007) mendefinisikan AQ secara ringkas, yaitu sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi berbagai masalah yang di alami dalam menjalani berbagai aktivitas kehidupannya. Menurut Agustian (dalam Rachmawati, 2007) AQ sebagai kecerdasan yang dimiliki individu dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup yang berakar pada bagaimana seseorang merasakan dan menghubungkan dengan tantangan-tantangan yang ada dalam berbagai peristiwa di hidup seseorang. Nashori (2007) menyatakan bahwa AQ adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan kecerdasannya untuk mengarahkan, mengubah cara berfikir dan tindakannya ketika menghadapi hambatan dan kesulitan yang bisa menyengsarakan dirinya.

Berdasarkan definisi yang telah dikemukakan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa AQ merupakan kecerdasan individu dalam berfikir, mengontrol, mengelola, dan mengambil tindakan dalam meghadapi berbagai kesulitan yang di hadapi dalam kehidupannya.

2. Aspek-Aspek *Adversity Quotient* (AQ)

Stoltz (2005) menyatakan bahwa aspek-aspek dari AQ mencakup beberapa komponen yang kemudian disingkat menjadi CO2RE, antara lain:

a. *Control* (kendali)

Control atau kendali adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan mengelola sebuah peristiwa yang menimbulkan kesulitan di masa mendatang.

Seseorang juga akan berusaha keras mewujudkan harapannya walau sesulit apapun keadaannya sekarang.

b. *Origin* (asal-usul) dan *ownership* (pengakuan)

Origin yaitu asal-usul permasalahan yang terjadi berasal dari diri seseorang itu sendiri. Selanjutnya, *ownership* yaitu sejauh mana seseorang mengakui bahwa permasalahan tersebut berasal dari dirinya. Seseorang akan mengakui dan bersedia untuk bertanggung jawab atas kesalahan yang telah diperbuat.

c. *Reach* (jangkauan)

Sejauh mana kesulitan yang terjadi di hidup seseorang dapat mengganggu aktivitas lainnya. Seseorang tetap mampu untuk menjalani aktivitasnya dengan baik walaupun sedang di hadapkan oleh permasalahan.

d. *Endurance* (daya tahan)

Endurance adalah ketahanan seseorang. Aspek tersebut menunjukkan sejauh mana kecepatan dan ketepatan seseorang dalam memecahkan masalah. Hal ini berkaitan dengan seberapa lama seseorang dapat menyelesaikan masalah dan seberapa tepat masalah tersebut dapat teratasi.

Stoltz (2005) menyatakan bahwa seseorang yang dapat bertahan, mengelola, dan menyelesaikan berbagai permasalahan yang di hadapinya merupakan definisi dari AQ. Menurut Binet dan Simon (dalam Alder, 2001) seseorang dapat mengatasi masalah dalam kehidupannya ketika memiliki tiga komponen dalam dirinya, yaitu :

a. Kemampuan mengarahkan pikiran atau tindakan

Kemampuan mengarahkan pikiran atau tindakan merupakan kemampuan seseorang dalam menentukan hasil dari pikirannya kemudian melakukan tindakan yang tepat untuk menjalani aktivitasnya.

b. Kemampuan mengubah arah tindakan jika tindakan tersebut telah dilakukan

Kemampuan mengubah arah tindakan jika tindakan tersebut telah dilakukan merupakan kemampuan seseorang dalam mengubah pandangan sebelumnya dengan berbagai strategi yang digunakan, ketika pandangan tersebut dianggapnya dapat merugikan.

c. Kemampuan mengkritik diri sendiri

Kemampuan mengkritik diri sendiri merupakan kemampuan seseorang dalam mengevaluasi tindakannya, dimana seseorang tersebut akan mengkritisi dirinya kemudian menjadikannya sebuah gambaran untuk menjadi lebih baik.

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan sebelumnya, terdapat empat aspek AQ menurut Stoltz (2005) yaitu *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, *endurance*, *control* (kendali), *origin* (asal-usul atau kepemilikan) dan *ownership* (pengakuan), *reach* (jangkauan), *endurance* (daya tahan), selain itu kemampuan seseorang dalam mengatasi masalah juga mencakup tiga aspek lainnya menurut Binet dan Simon

(dalam Alder, 2001) yaitu kemampuan mengarahkan pikiran atau tindakan, kemampuan mengubah arah tindakan jika tindakan tersebut telah dilakukan, dan kemampuan mengkritik diri sendiri.

Berdasarkan aspek-aspek AQ yang telah dijabarkan, maka peneliti memilih untuk menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Stoltz (2005) yaitu *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, dan *endurance*. Aspek tersebut dipilih sebagai acuan yang digunakan peneliti untuk mengukur AQ pada mahasiswa.. Peneliti memiliki pertimbangan yaitu aspek tersebut sejalan dengan variabel yang di gunakan peneliti dan penjabarannya lebih konkrit,

C. Hubungan Antara *Adversity Quotient* (AQ) Dengan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Di Yogyakarta

Menurut Ayas & Horzum (2013) adiksi internet mulai menjadi permasalahan yang penting untuk diteliti karena terjadi penyalahgunaan dalam penggunaan internet sehingga dapat mempengaruhi hubungan individu dengan keluarga, lingkungan sosial, dan kehidupan profesionalnya. Semakin banyaknya jumlah penggunaan internet di Indonesia membawa kepada konsekuensi meningkatnya kecanduan internet atau yang dikenal dengan istilah adiksi internet (Suprpto & Nurcahyo dalam Hakim & Raj, 2017).

Reinaldo & Sokang (2016) menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami adiksi internet, hampir tidak bisa dipisahkan dengan internet, sebab mereka akan merasa gelisah dan bosan jika tidak dapat mengakses internet. Tidak adanya akses

internet akan membuat mahasiswa kesulitan untuk mencari informasi-informasi yang dibutuhkan, dan bahkan sulit untuk terhubung dengan orang lain (dalam Reinaldo & Sokang, 2016). Menurut Orzack (2004) adiksi internet merupakan suatu kondisi dimana individu merasa bahwa dunia maya di layar komputernya lebih menarik daripada kehidupan nyata sehari-hari yang dijalaninya. Oleh karena itu, dibutuhkan AQ didalam diri seseorang agar dapat menghadapi berbagai macam masalah, yang menyebabkan tekanan, atau stressor, sehingga dirinya dapat mengendalikan dirinya dalam berbagai situasi apapun yang menjadi kesulitan dalam hidupnya (Stoltz, 2005). Salah satunya situasi pada mahasiswa yang sulit mengendalikan dirinya ketika dihadapkan masalah dikehidupannya sehingga cenderung untuk mengakses internet secara berlebihan. Stoltz (2005) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki AQ rendah maka akan sulit mengendalikan diri dan bertahan dalam peristiwa yang menyulitkan kehidupannya.

Stoltz (2005) membagi tiga tipe manusia yang diibaratkan sedang dalam perjalanan mendaki gunung yaitu *quitter*, *camper*, dan *climber*. *Quitters* (orang-orang yang berhenti), orang-orang jenis ini berhenti ditengah proses pendakian, mudah putus asa, dan menyerah. Lebih lanjut, seseorang yang mudah menyerah akan cenderung berpikir bahwa semua kesulitan yang datang berasal dari kesalahan dan kecerobohan dirinya sendiri sehingga merasa khawatir atas apa yang diperbuatnya (Stoltz, 2005). Young, (1998) menjelaskan kekhawatiran yang dirasakan akan menyebabkan seseorang mengabaikan kehidupan sosialnya (*neglect to social life*) yaitu sengaja mengurangi kegiatan sosial atau rekreasi demi mengakses internet, sehingga

menjadikan internet sebagai pelarian dari lingkungan sosialnya. Berdasarkan pendapat di atas berarti tipe *quitters* yang tidak memiliki AQ akan menjadikan internet sebagai bentuk pelarian dari masalah yang tidak mampu diselesaikannya.

Kedua, *campers* (berkemah) yaitu orang-orang yang tidak mencapai puncak, sudah puas dengan yang telah dicapai. Tipe *campers* sudah mampu menghadapi beberapa kesulitan tetapi ketika menghadapi kesulitan yang lebih tinggi tipe *campers* akan berhenti mencapai tujuan karena rasa takut untuk terus mendaki, sehingga berkemah dengan mengisi tendanya dengan hal-hal yang membuatnya nyaman (Stoltz, 2005). Widiana (2004) menjelaskan orang yang mempunyai kontrol diri rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilaku onlinenya. Berdasarkan pendapat tersebut dapat diartikan tipe *campers* adalah orang-orang dengan AQ sedang. Tipe *campers* akan berhenti berjuang ketika menghadapi masalah yang lebih sulit dan melakukan hal-hal yang nyaman sebagai bentuk pelariannya. Jika penggunaan internet adalah bentuk pelarian tersebut, hal ini dapat menjadi pemicu terjadinya adiksi internet pada dirinya.

Ketiga, *climbers* (pendaki) yaitu orang-orang yang selalu optimistik, melihat peluang-peluang, melihat celah, melihat sebuah harapan di balik keputusan, dan selalu bergairah untuk maju (Stoltz, 2005). Seseorang yang dapat melihat setiap peluang akan dapat memanfaatkan dampak positif internet dalam kehidupannya dengan menggunakan internet sesuai kebutuhan dan tidak menggunakan waktu yang berlebihan dalam mengaksesnya. Selain itu, seseorang juga dapat memanfaatkan

internet dengan belajar bagaimana cara bersosialisasi dengan publik, mengelola jaringan pertemanan, bahkan memudahkan seseorang dalam kegiatan belajar karena internet dapat digunakan sebagai sarana untuk mencari berbagai literature dan dapat digunakan untuk berdiskusi dengan teman mengenai tugas-tugas sekolahnya (Khairuni, 2016).

Stoltz (2005) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki AQ yang tinggi cenderung berpikiran positif dalam menghadapi situasi yang dialaminya (Stoltz, 2005). Shoimah (2010) menyatakan bahwa AQ yang tinggi akan membantu mahasiswa dalam menghadapi berbagai masalah di kehidupannya, sehingga tidak mudah merasa tertekan dan terhindar dari perilaku melarikan diri dari masalah yang sedang dihadapinya (Stoltz, 2005). Salah satunya tidak melarikan diri dengan menggunakan internet secara berlebihan. Lebih lanjut, seseorang akan menganggap setiap aktivitasnya berharga, sehingga dapat mengontrol waktu penggunaan internet yang sesuai dengan kebutuhannya bahkan memanfaatkannya dengan mencari bahan-bahan pelajaran tertentu (Rahardiyana, 2010).

Stoltz (2005) menyatakan bahwa seseorang dapat melarikan diri dari kesulitan dalam hidup tergantung dengan seberapa besar AQ yang dimilikinya. Santoso (2016) menjelaskan jika AQ yang dimiliki seseorang rendah, maka ketika menghadapi masalah seseorang cenderung mudah menyerah, pasrah begitu saja pada keadaan dan senantiasa bersikap negatif terhadap masalah hidupnya. Menurut Beard dan Wolf (dalam Soetjipto, 2005) sikap negatif yang ditunjukkan seseorang salah satunya dapat dilihat melalui penggunaan internet dengan alokasi waktu yang terus bertambah demi

mengejar kepuasan, sehingga seseorang akan gagal untuk mengendalikan, mengurangi atau berhenti untuk menggunakannya. Hal tersebut di dukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Ariyanto (2016) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet. Selain itu, hasil penelitian Widiana, Retnowati, & Hidayat (2004) juga mengungkapkan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi kecanduan internet. Menurut Stoltz (2005) kontrol diri merupakan bagian dari dimensi AQ, dimana seseorang yang memiliki AQ pasti dapat mengontrol dirinya dalam bersikap untuk dapat menghadapi dan menyelesaikan kesulitan dikehidupannya.

D. Hipotesis

Berdasarkan kajian teoritis sebelumnya, maka rumusan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara AQ dengan adiksi internet pada mahasiswa di Yogyakarta. Semakin tinggi AQ maka semakin rendah adiksi internet. Sebaliknya semakin rendah AQ maka semakin tinggi adiksi internet.